

HÉTFŐ 2026.02.02.		KEDD 2026.02.03.		SZERDA 2026.02.04.		CSÜTÖRTÖK 2026.02.05.		PÉNTEK 2026.02.06.	
Tízórai Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;		Ebéd A Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Sajt szórat (2)*; Tejföl (2)*; Metélt tészta (1)*;		Uzsonna Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;					
EN=214,80kcal FH=9,50g ZS=4,20g SZH=34,20g CK=11,00g SÓ=0,80g TZS=2,60g		EN=525,10kcal FH=22,00g ZS=23,70g SZH=54,10g CK=3,80g SÓ=0,70g TZS=3,80g		EN=154,80kcal FH=3,90g ZS=2,40g SZH=30,20g CK=10,20g SÓ=0,70g TZS=0,80g		EN=215,70kcal FH=10,40g ZS=5,80g SZH=30,40g CK=9,70g SÓ=0,90g TZS=2,20g		EN=180,90kcal FH=7,60g ZS=2,10g SZH=32,20g CK=10,90g SÓ=0,60g TZS=0,20g	
Erdei-bodzás gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;		Méz; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Citromos tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
EN=600,60kcal FH=26,50g ZS=14,40g SZH=86,00g CK=14,70g SÓ=1,80g TZS=2,40g		EN=189,60kcal FH=4,00g ZS=5,80g SZH=29,50g CK=4,90g SÓ=0,50g TZS=2,50g		EN=557,20kcal FH=28,70g ZS=23,90g SZH=50,20g CK=17,00g SÓ=1,00g TZS=2,00g		EN=578,30kcal FH=20,60g ZS=23,80g SZH=66,10g CK=7,00g SÓ=0,30g TZS=1,40g		EN=184,80kcal FH=7,50g ZS=3,40g SZH=25,60g CK=0,70g SÓ=1,20g TZS=0,90g	
Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott csirkemell (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;		Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;		Tavaszi leves (1, 3, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma;		Lebbencsleves (1, 5)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;		Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsapretek;	
EN=190,90kcal FH=7,50g ZS=2,40g SZH=22,50g CK=10,50g SÓ=0,30g TZS=4,30g		EN=188,00kcal FH=9,10g ZS=9,00g SZH=22,50g CK=10,50g SÓ=0,30g TZS=4,30g		EN=593,60kcal FH=18,90g ZS=27,50g SZH=63,70g CK=2,00g SÓ=2,00g TZS=7,70g		EN=188,00kcal FH=9,10g ZS=9,00g SZH=22,50g CK=10,50g SÓ=0,30g TZS=4,30g		EN=184,80kcal FH=7,50g ZS=3,40g SZH=25,60g CK=0,70g SÓ=1,20g TZS=0,90g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!**



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kerepegyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@sulli-host.hu](mailto:mail@sulli-host.hu)

**Étlap név:  
Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír; Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a  
(\*) Allergének: 1=Glütén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Dióféle; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;  
10=Rákkeltő; 11=Mustár; 12=Százamag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek  
Szegeci OVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)) valamint a  
SULLI-HOST Kft. ([www.sulli-host.hu](http://www.sulli-host.hu)) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi  
tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

**Sulli-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.02.09.	Gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=208,90kcal FH=6,50g ZS=5,60g SZH=32,70g CK=7,70g SÓ=1,10g TZS=1,80g	EN=555,90kcal FH=23,10g ZS=21,70g SZH=65,30g CK=8,50g SÓ=0,90g TZS=3,50g	EN=169,30kcal FH=6,30g ZS=4,80g SZH=25,10g CK=1,80g SÓ=1,10g TZS=3,00g
<b>KEDD</b> 2026.02.10.	Meggyes gyümölcs Tea; Zöldhagyma; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Halrudacsok panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Kukoricás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Briós (1, 2, 3)*; Liga Margarin;
	EN=198,10kcal FH=6,30g ZS=5,30g SZH=30,80g CK=7,60g SÓ=1,00g TZS=2,20g	EN=503,00kcal FH=14,40g ZS=17,50g SZH=88,10g CK=17,20g SÓ=1,40g TZS=2,00g	EN=214,00kcal FH=4,00g ZS=5,80g SZH=35,80g CK=1,80g SÓ=0,50g TZS=2,40g
<b>SZERDA</b> 2026.02.11.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Főtt burgonya;	Paradicsom; Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=251,80kcal FH=7,60g ZS=5,20g SZH=42,30g CK=17,80g SÓ=0,70g TZS=3,40g	EN=614,70kcal FH=28,10g ZS=21,20g SZH=78,90g CK=16,50g SÓ=0,60g TZS=0,80g	EN=180,00kcal FH=4,20g ZS=8,70g SZH=21,50g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=5,90g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.02.12.	Citromos tea; Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Lillahagyma;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Szarababófezelék (1, 2)*; Sertéspörkölt (1)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=209,70kcal FH=6,60g ZS=4,10g SZH=36,40g CK=9,00g SÓ=1,10g TZS=0,20g	EN=606,90kcal FH=28,30g ZS=26,50g SZH=59,50g CK=9,70g SÓ=0,50g TZS=1,40g	EN=214,00kcal FH=4,90g ZS=7,20g SZH=31,90g CK=8,10g SÓ=0,60g TZS=1,60g
<b>PÉNTEK</b> 2026.02.13.	Csipekbogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Magyaros gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Gesztyénypáma (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;
	EN=212,80kcal FH=6,20g ZS=8,40g SZH=27,70g CK=7,30g SÓ=1,20g TZS=3,30g	EN=531,70kcal FH=28,60g ZS=15,90g SZH=63,60g CK=9,00g SÓ=1,30g TZS=1,10g	EN=169,00kcal FH=2,80g ZS=7,20g SZH=22,70g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=3,20g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyértgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015  
E-mail: [mail@suli-host.hu](mailto:mail@suli-host.hu)

**Étlap név:**  
**Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsírok;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;  
10=Ráktétel; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszér; 16=Puhatestűk  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)) valamint a Suli-Host Kft. ([www.suli-host.hu](http://www.suli-host.hu)) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.  
**Suli-Host**  
**Étkeztelési**  
**Rendszer 3.0**

HÉTFŐ 2026.02.16.	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>EN=205,30kcal FH=7,90g ZS=4,30g SZH=36,20g CK=9,40g SO=0,40g TZS=2,30g</p> <p>Eper-meggy gyümölcs tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;</p>	<p>Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Fejeskáposzta-saláta;</p>	<p>EN=620,70kcal FH=23,80g ZS=24,60g SZH=69,80g CK=6,40g SO=1,50g TZS=3,90g</p> <p>Négyhágymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Hentes tokány (1, 11, 15)*; Bulgur (1, 5)*;</p>	<p>EN=221,00kcal FH=7,80g ZS=11,30g SZH=21,70g CK=0,60g SO=0,70g TZS=1,20g</p> <p>Sárgarépa; Párizskrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;</p>
<p>EN=256,80kcal FH=8,20g ZS=7,90g SZH=36,80g CK=7,30g SO=1,30g TZS=2,50g</p> <p>Citromos tea; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Liahagyma;</p>	<p>EN=541,00kcal FH=18,70g ZS=24,30g SZH=53,90g CK=4,80g SO=0,60g TZS=1,70g</p> <p>Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Baromfi fasírt (1, 2, 3, 4, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;</p>	<p>EN=203,50kcal FH=7,40g ZS=6,50g SZH=28,60g CK=2,10g SO=1,30g TZS=1,20g</p> <p>Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;</p>	<p>EN=178,40kcal FH=6,10g ZS=8,00g SZH=20,40g CK=0,40g SO=1,20g TZS=3,10g</p> <p>Sajkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;</p>
<p>EN=196,40kcal FH=8,00g ZS=2,10g SZH=35,90g CK=8,90g SO=0,70g TZS=0,00g</p> <p>Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;</p>	<p>EN=689,90kcal FH=17,30g ZS=30,70g SZH=79,30g CK=18,50g SO=0,90g TZS=6,20g</p> <p>Kassai burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*;</p>	<p>EN=180,50kcal FH=6,20g ZS=4,70g SZH=23,10g CK=0,30g SO=1,10g TZS=3,00g</p> <p>Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;</p>	<p>EN=219,80kcal FH=6,60g ZS=6,60g SZH=30,80g CK=7,60g SO=0,70g TZS=4,20g</p> <p>Erdei gyümölcs tea; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Zsemle (1)*;</p>
<p>EN=242,70kcal FH=7,40g ZS=6,00g SZH=36,60g CK=7,30g SO=1,00g TZS=2,10g</p>	<p>EN=536,20kcal FH=22,80g ZS=25,70g SZH=49,90g CK=8,70g SO=0,60g TZS=0,90g</p>	<p>EN=137,50kcal FH=4,60g ZS=2,70g SZH=23,40g CK=0,30g SO=0,60g TZS=0,20g</p>	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó éhvágyat kívánunk**



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kempérvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@sull-host.hu

**Étlap név:**  
**Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; TZS=Telített zsír; Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfürt; 15=Édeslószer; 16=Phenacetil SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben. Eteleink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

HÉTFŐ 2026.02.23.		KEDD 2026.02.24.		SZERDA 2026.02.25.		CSÜTÖRTÖK 2026.02.26.		PÉNTEK 2026.02.27.			
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai			
Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; EN=288, 10kcal FH=1,0,30g ZS=6,60g SZH=40,90g CK=15,80g SO=0,70g Tzs=3,80g		Tej (2)*; Liga Margarín; Rozsos párna (1, 12)*; EN=228, 30kcal FH=3,90g ZS=6,00g SZH=38,20g CK=9,20g SO=0,20g Tzs=3,00g		Tej (2)*; Liga Margarín; Rozsos párna (1, 12)*; EN=275, 70kcal FH=10,90g ZS=7,70g SZH=39,90g CK=9,80g SO=1,00g Tzs=3,10g		Madártej ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*; EN=240, 80kcal FH=9,70g ZS=4,20g SZH=40,50g CK=10,80g SO=0,70g Tzs=2,40g		Mogyes gyümölcs Tea; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=223, 80kcal FH=4,10g ZS=8,60g SZH=32,40g CK=7,60g SO=0,60g Tzs=5,70g		Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; EN=288, 10kcal FH=1,0,30g ZS=6,60g SZH=40,90g CK=15,80g SO=0,70g Tzs=3,80g	
Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Túrós tészta (1)*; Tejföl (2)*; Túró (2)*; EN=545, 40kcal FH=24,80g ZS=23,60g SZH=56,40g CK=3,00g SO=0,30g Tzs=1,00g		Vágott tojáslevés (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; EN=585, 30kcal FH=22,80g ZS=28,30g SZH=51,60g CK=2,90g SO=0,60g Tzs=3,70g		Csontleves (1, 3, 5)*; Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Tészta 'Orsó' (1)*; EN=533, 50kcal FH=19,30g ZS=23,30g SZH=59,80g CK=3,50g SO=0,40g Tzs=1,50g		Korianteres karfiolkrem leves (2, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Vegyes saláta; EN=542, 00kcal FH=21,40g ZS=25,10g SZH=54,30g CK=1,10g SO=0,50g Tzs=0,80g		Szárazbaleves (1, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*; EN=635, 10kcal FH=18,30g ZS=15,70g SZH=102,40g CK=32,70g SO=1,00g Tzs=6,00g		Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Túrós tészta (1)*; Tejföl (2)*; Túró (2)*; EN=545, 40kcal FH=24,80g ZS=23,60g SZH=56,40g CK=3,00g SO=0,30g Tzs=1,00g	
Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa; EN=170, 40kcal FH=6,70g ZS=5,70g SZH=23,00g CK=1,90g SO=1,10g Tzs=2,00g		Jégcsapretek; Petrezselymes tejföltúró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=160, 30kcal FH=8,10g ZS=2,20g SZH=26,30g CK=0,60g SO=0,70g Tzs=0,00g		Csemege szalámi; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa; EN=193, 70kcal FH=6,50g ZS=8,50g SZH=22,70g CK=1,80g SO=1,20g Tzs=3,30g		Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=127, 70kcal FH=4,40g ZS=2,80g SZH=21,00g CK=0,90g SO=0,60g Tzs=0,20g		Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Lillahagyma; EN=166, 30kcal FH=6,20g ZS=5,20g SZH=23,70g CK=1,90g SO=1,00g Tzs=2,20g		Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa; EN=170, 40kcal FH=6,70g ZS=5,70g SZH=23,00g CK=1,90g SO=1,10g Tzs=2,00g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOZGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kegytérnyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: email@suli-host.hu

**Étlap név:**  
**Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; Tzs=Telített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glütén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;  
10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kán-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Phenolok

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.02.02.-tól 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por; Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	160,60kcal	1,90g	1,30g	34,00g	24,10g	0,10g	0,20g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,60g	11,90g	69,10g	26,30g	0,60g	4,90g
Bakonyi aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	198,40kcal	9,80g	15,60g	3,30g	0,30g	0,10g	0,50g
Baromfi fasírt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Frikadell	136,30kcal	7,80g	8,20g	7,20g	0,00g	1,00g	2,00g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	160,60kcal	8,40g	11,50g	4,80g	3,20g	0,40g	0,60g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	196,00kcal	4,00g	3,80g	35,80g	11,80g	0,40g	1,80g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	269,30kcal	6,40g	6,20g	40,50g	1,40g	0,10g	0,80g
Burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	205,30kcal	5,10g	3,50g	35,20g	0,10g	0,20g	0,20g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	222,90kcal	5,40g	5,50g	34,50g	1,40g	0,10g	2,20g
Citromos tea Összetétel: Betédíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,40kcal	0,00g	0,00g	7,00g	7,00g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,90kcal	2,20g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,50g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betédíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	188,50kcal	8,20g	9,40g	17,20g	0,00g	1,10g	2,90g
Csokoládés gabonapehely Összetétel: Csokoládés gabonapehely 30g	117,30kcal	1,90g	1,30g	25,80g	0,00g	0,10g	0,30g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levezőzöld, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	78,90kcal	2,20g	2,30g	12,00g	0,80g	0,20g	0,30g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,20kcal	3,80g	3,80g	19,70g	0,70g	0,20g	0,50g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,60kcal	2,20g	5,60g	0,10g	0,10g	0,50g	2,30g



# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.02.02.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	96,40kcal	1,20g	0,50g	21,20g	15,20g	0,10g	0,20g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	36,20kcal	1,00g	0,10g	7,50g	4,00g	0,10g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,20kcal	4,00g	0,40g	25,00g	0,60g	0,60g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,70kcal	2,00g	0,20g	12,20g	0,30g	0,30g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,70kcal	1,40g	0,20g	8,90g	0,20g	0,20g	0,00g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	171,60kcal	4,00g	3,80g	29,50g	4,90g	0,40g	1,90g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	84,60kcal	2,20g	0,30g	16,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Gesztenyés párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyés párna 50 g, Fagy. gesztenyés rúd 70 g	169,00kcal	2,80g	7,20g	22,70g	0,00g	0,30g	3,20g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,20g	0,10g	0,50g	0,30g
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Halrudacs kák panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	136,30kcal	7,40g	6,00g	12,80g	0,00g	0,80g	0,50g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	35,90kcal	3,70g	1,70g	1,10g	0,00g	0,10g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	195,10kcal	10,30g	15,80g	1,50g	0,30g	0,40g	0,80g

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.02.02.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Vírslí, Vírslí Pulyka Gallicoop	215,70kcal	7,70g	7,40g	28,50g	0,30g	1,20g	2,50g
Húsgombóc Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	196,80kcal	10,40g	12,30g	15,00g	0,30g	0,10g	0,10g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveoszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	202,80kcal	9,80g	13,30g	9,60g	0,60g	0,20g	0,30g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	113,20kcal	1,00g	6,80g	11,60g	7,80g	0,00g	1,40g
Kassai burgonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. leveoszöldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Lestyán, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	237,40kcal	7,60g	16,30g	14,20g	0,50g	0,80g	4,40g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,60g	0,30g	0,40g	2,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Korianderes karfiolkрем leves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	82,50kcal	2,70g	4,00g	8,00g	2,00g	0,20g	0,20g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	213,50kcal	5,60g	5,80g	51,70g	0,70g	0,20g	0,60g
Kuszkusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuszkusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,90kcal	8,20g	6,80g	45,30g	2,70g	0,10g	0,90g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	110,00kcal	3,20g	2,00g	19,00g	1,50g	0,20g	0,30g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	11,90kcal	0,30g	0,00g	2,80g	1,30g	0,00g	0,00g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejzesítő, Tej '1,5%'	114,00kcal	6,20g	3,00g	15,70g	9,20g	0,20g	1,80g
Magyaros gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	91,70kcal	3,40g	3,90g	10,30g	1,00g	0,20g	0,30g

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.02.02.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezöldtség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	164,10kcal	12,10g	4,50g	18,10g	1,50g	0,40g	0,30g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzvíz', Tojásmentes makaróni	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,60g	0,00g	1,00g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzvíz', Tojásmentes metélt tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzvíz', Tojásmentes metélt tészta	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,00g	0,00g	9,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Mustár Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,40g	0,50g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,90kcal	0,50g	2,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	76,60kcal	2,00g	2,30g	11,90g	2,90g	0,10g	0,10g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	178,10kcal	9,00g	11,50g	8,20g	1,20g	0,20g	0,10g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	408,10kcal	17,90g	21,00g	34,90g	0,50g	0,20g	0,40g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,10g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süített paradicsom, Vöröshagyma	169,20kcal	3,40g	4,10g	29,20g	14,70g	0,10g	0,40g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%	71,30kcal	3,00g	6,00g	1,20g	0,00g	0,70g	1,20g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzvíz'	213,50kcal	5,00g	3,40g	36,80g	0,00g	0,10g	0,30g



# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.02.02.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Petrezselymes tejfölösztúró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	35,90kcal	3,80g	1,80g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	71,20kcal	3,10g	5,50g	0,50g	0,10g	0,40g	1,80g
Pírtott dara Összetétel: Búza dara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	129,30kcal	2,80g	3,10g	22,00g	0,00g	0,10g	0,30g
Pritamin paprikás túrókrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	120,20kcal	3,90g	10,90g	1,40g	0,30g	0,10g	1,00g
Rántott csirkemell Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	187,20kcal	13,00g	6,40g	19,00g	4,20g	1,50g	0,00g
Reszelt tészta leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	85,40kcal	2,60g	2,40g	13,20g	0,40g	0,20g	0,30g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,70kcal	4,90g	2,70g	30,50g	0,40g	0,60g	0,50g
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	233,50kcal	12,70g	15,60g	9,00g	0,60g	0,30g	0,30g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,10g	2,80g	0,40g	0,00g	0,20g	1,90g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	2,00g	4,30g	2,40g	0,00g	0,50g	2,80g
Sárgaborsókrém-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	139,10kcal	7,30g	2,40g	21,10g	0,50g	0,10g	0,20g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,40g	0,10g	2,40g	1,50g	0,00g	0,00g
Sárgarépa főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	195,00kcal	5,80g	2,90g	34,20g	15,80g	0,40g	0,70g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,80kcal	12,70g	18,80g	2,50g	0,60g	0,10g	0,20g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	182,50kcal	9,60g	11,70g	8,30g	2,40g	0,20g	0,30g
Sonkkrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	49,20kcal	2,30g	3,70g	1,60g	0,10g	0,50g	0,20g

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.02.02.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	232,50kcal	12,70g	16,80g	4,60g	0,40g	0,40g	1,10g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	235,60kcal	9,20g	21,80g	0,60g	0,20g	1,40g	7,20g
Szárazbabfőzelék Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	235,00kcal	12,00g	3,90g	36,50g	1,50g	0,10g	0,30g
Szárazbableves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	127,50kcal	6,60g	2,30g	19,20g	0,90g	0,20g	0,20g
Szárnyas rizottó Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	347,20kcal	22,80g	11,80g	53,40g	1,70g	0,80g	0,80g
Szárnyasgulyásleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	129,70kcal	10,20g	4,20g	11,40g	0,80g	0,20g	0,20g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	135,10kcal	3,60g	3,80g	20,50g	1,60g	0,30g	0,90g
Tavaszeleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	65,70kcal	2,40g	2,10g	8,60g	2,80g	0,10g	0,30g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,30g	2,00g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	28,40kcal	0,70g	2,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	183,20kcal	3,20g	6,00g	28,80g	9,20g	0,20g	3,00g
Teljes kiőrlésű kakaós csiga Összetétel: Fagy. teljes kiőrlésű kakaós csiga 50g, Fagy. teljes kiőrlésű kakaós csiga 70g	188,00kcal	3,10g	9,00g	22,50g	10,50g	0,30g	4,30g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Tészta 'Orsó' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	70,80kcal	3,10g	5,40g	0,50g	0,10g	0,30g	1,80g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	58,00kcal	7,00g	2,50g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Túrós tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

**Étlap: Óvoda**

**Időszak: 2026.02.02.-től 2026.02.28.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Vadas aprópecsenye</b> Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	195,60kcal	9,60g	14,90g	4,50g	1,50g	0,10g	0,20g
<b>Vágott tojásleves</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojás főzött, tisztított, Tojáslé, Vöröshagyma	108,90kcal	4,70g	5,20g	8,10g	0,30g	0,20g	1,20g
<b>Vajkrém</b> Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,40g	2,20g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Vanília öntet</b> Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	82,80kcal	3,10g	1,50g	14,10g	5,50g	0,20g	0,90g
<b>Vaníliás krémturó</b> Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	49,00kcal	3,60g	1,70g	4,50g	3,60g	0,00g	0,00g
<b>Vegyes saláta</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	51,40kcal	0,80g	0,10g	11,40g	8,60g	0,10g	0,00g
<b>Zöldbabfőzelék</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	171,30kcal	6,10g	4,30g	25,30g	7,50g	0,10g	0,40g
<b>Zöldborsóleves</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	100,00kcal	4,30g	2,00g	15,60g	2,90g	0,20g	0,30g
<b>Zöldhagyma</b> Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,30g	0,10g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Zöldpaprika</b> Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Zsemle</b> Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,40kcal	4,20g	0,50g	28,70g	0,20g	0,60g	0,30g